



急診頭痛病人自我照顧護理指導

1998.07 制定
2022.03 修訂
2023.06 審閱

1. 若有以下症狀情形，請立即告知醫護人員，若已離院，請立即返院：
 - (1) 頭痛症狀持續或加重、頭痛特徵的改變或是突發性的嚴重頭痛。
 - (2) 意識改變、抽搐情形。
 - (3) 視力減退、模糊或複視。
 - (4) 嚴重噁心、嘔吐。
 - (5) 步態不穩、說話不清、一側手腳無力或麻痺。
 - (6) 高燒不退或脖子僵硬。
 - (7) 聽力減退、耳鳴。
2. 請多臥床休息，並將頭部抬高 30~40 度。
3. 在改變姿勢時應緩慢、小心預防跌倒。
4. 應有規律的睡眠及生活作息，避免過度疲勞、熬夜及情緒緊張。
5. 請勿抽煙、喝酒及食用加工肉製品含亞硝酸鹽（如熱狗、香腸、臘肉）、發酵食物（如優酪乳、優格）、醃漬物（如泡菜）、富含酪胺酸食品（如起司、巧克力）、咖啡因等食物。
6. 請依照醫師指示按時返院複診或於神經內科門診追蹤治療。
7. 若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務。

諮詢電話 台北 25433535 轉 3126；淡水 28094661 轉 2662

祝您 平安健康 馬偕紀念醫院急診室

項目：急診頭痛病人自我照顧護理指導

簽名：

關係：

日期：